

RIJK VAN NIJMEGEN 

NOVEMBER 2020 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.RIJKVANNIJMEGENBRUIST.NL

# BRUIST

27 november

**Shop till  
you drop**

bij onze lokale  
ondernemers

***Cadeautip***

De boeken van  
Dirk Zeelenberg





**XPOOOS**  
THE ART OF SOCKS

WWW.XPOOOS.COM

## KUNST AAN JE VOETEN

Hoezo, sokken zijn saai?

XPOOOS maakt sokken dragen én geven weer leuk!



Precies daarom bestaat XPOOOS. Zodat jij kunt pronken met je ware zelf. *Expose yourself!*

### IJZERSTERK VOETENWERK

XPOOOS heeft het ontwerpen van dames- en herensokken tot een kunst verheven. Van gewaagde combi's en kunstzinnige prints, tot subtiele dessins en felle kleuren. Een beetje gek, tikkeltje dwars én van ongekennde kwaliteit voor ijzersterk voetenwerk.

### CADEAUTJE VOOR JOU

Omdat de sokken van XPOOOS wél leuk zijn om te geven (en te krijgen), trakteren we op

**10% KORTING**

Gebruik de code:  
**XPOOOSCADEAU**  
op [www.XPOOOS.com](http://www.XPOOOS.com)

*geldig t/m 23 december*

Vroeger was een sok gewoon een sok. Praktisch en zonder poespas. De looks zijn nu minstens zo belangrijk. Kleding is dé manier om jezelf te uiten. Te laten zien: dit ben ik. Vooral sokken zijn daar ster in. Ze piepen stiekem onder je outfit vandaan en laten zien wie je écht bent.

## MARIKENSTRAAT

### Dé mooiste winkelstraat van Nijmegen

In de Marikenstraat bevind je je op de perfecte locatie voor een heerlijk dagje shoppen! Het zeer diverse aanbod van winkels is verdeeld over maar liefst twee niveaus.



info@marikenstraat.nl  
www.marikenstraat.nl



# Al 20 jaar shoppen in de Marikenstraat!

In september 2000 werd de Marikenstraat officieel geopend en daarmee bestaat de winkelstraat dit jaar alweer 20 jaar. Een mooi jubileum dat we met u hebben gevierd!

September ging van start met de Birthday Bash Loterij. Bij iedere aankoop van € 20,- of meer ontving de klant een voucher voor een leuk cadeau bij een van de winkels van de Marikenstraat. Zaterdag 26 september stond in het teken van het Birthday Bash Event. Tussen 12.00 en 17.00 uur deelden we (alcoholvrije) champagne uit en was er een DJ in een te gekke fiat 500. De kinderen konden samen spelen op een springkussen in de vorm van een taart! Het was een geweldige dag!

In de Marikenstraat, de leukste winkelstraat gelegen in het hart van Nijmegen, bevind je je op de perfecte locatie voor een heerlijk dagje shoppen! Het zeer diverse aanbod van winkels is verdeeld over maar liefst twee niveaus.

Het unieke aan de Marikenstraat is de verdeling van winkels over de twee verdiepingen die door bruggetjes aan elkaar



verbonden zijn. Dit maakt het een sfeervolle locatie voor winkelend publiek. De winkelstraat is omgeven door genoeg parkeergelegenheid. En wat zeker niet mag ontbreken is de verlichting die het hele jaar door te zien is, wat winkelen in de Marikenstraat nóg gezelliger maakt!



**‘Dé perfecte locatie voor een heerlijk dagje shoppen’**

Betty Barclay  
Bever  
Broodje Ben Nijmegen  
Cape Cod Fashion  
Charlie & Goods  
Claudia Sträte  
Comma  
Cotton Club  
Daily Fresh  
Dekker v.d. Vegt  
Douglas  
Etos  
Galerie Zeven Zomers  
Gerry Weber  
Holland & Barrett  
Home Stock  
Hugo Boss  
Jack & Jones  
Kruidvat  
La Ligna  
Name It  
New Dutch  
Oil & Vinegar  
Only  
OPEN32  
Purdey  
River Woods  
Riviera Maison  
Samo Fashion  
Sandwich  
Scapino  
Sissy-Boy  
s.Oliver  
State of Art van Uffelen  
WAAR  
Ysveld Fysio  
Zeezicht



win

12



18

# Inhoud



26



42



23

## COLOFON

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
 Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout  
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
 www.nederlandbruist.nl  
 nederlandbruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**THEMATEKSTEN** Maaike van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

Like ons op Facebook/Rijk van Nijmegen Bruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Frank van Geel, 06-43093996 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rijk van Nijmegen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



# Bruisende lezer,

Langzaam gaan we steeds meer richting het eind van het jaar. Een roerig jaar welteverstaan, dat voor heel veel van onze bruisende ondernemers op zijn zachtst gezegd een flinke uitdaging is geweest. Maar wat zijn we trots als we zien hoe hard iedereen zich inzet om er toch het beste van te maken.

Dat doen wij zelf trouwens ook. Bij de pakken neer gaan zitten, heeft geen zin. Positief blijven, kansen zien en deze ook grijpen is juist ons devies. En blijven lachen, want lachen maakt gezond! En dat is niet

slechts een veelgebruikte uitspraak, het is nog echt waar ook. Probeer het maar eens.

Onze bruisende ondernemers blijven gelukkig ook met een glimlach op hun gezicht hun beste beentje voorzetten voor al hun klanten. Hoe ze dat doen, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist. Hopelijk tovert hun enthousiasme, tezamen met alle andere verhalen die we weer voor je op papier hebben gezet, ook bij jou een lach op je gezicht!

**Lea en Marcel Bossers**

**ADVERTEREN?**  
Mail naar  
nl@nederlandbruist.nl  
of bel  
06-43093996

Foto: Ron Eskens, scooppictures.nl



Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Nijmegen Bruist en De Overbetuwe Bruist.

# Shoppen met *korting*

Houd je van shoppen? Blok vrijdag 27 november dan maar vast in je agenda. Het is weer tijd voor Black Friday. Oftewel: shoppen met flink wat korting. Online, maar zeker ook bij de plaatselijke ondernemer!

Inmiddels kun je ook in ons land niet meer om Black Friday heen, maar dat was tot een paar jaar geleden wel anders. Het van oorsprong Amerikaanse fenomeen is namelijk pas in 2015 ook op grote schaal bij ons geïntroduceerd.

## In Amerika

Black Friday valt altijd op de vrijdag na Thanksgiving. Voor veel Amerikanen een dag die ze sowieso al vrij nemen of hebben, dus ideaal om te shoppen en te beginnen met de kerstinkopen. Winkeliers bieden die dag flinke kortingen aan op hun producten en vooral in Amerika geldt dat veel van deze producten de rest van het jaar niet meer goedkoper worden aangeboden. Kortingen kunnen oplopen tot wel 75 procent. Dus je snapt dat het heel interessant kan zijn om juist die dag te gaan shoppen, ook al sta je waarschijnlijk flinke tijd in de rij bij de kassa (en bij de ingang van de winkel) omdat je niet de enige bent.

## Wacht tot de 27e

Over het ontstaan van Black Friday bestaan meerdere theorieën, maar geen Amerikaan die zich daar druk om zal maken. Zij willen gewoon goedkoop shoppen! En daar houden wij hier ook van. Vandaar dat ook steeds meer ondernemers in Nederland en België inspelen op de Black Friday-hype. Verwacht hier overigens geen super extreme kortingen zoals in Amerika. Rijen voor winkels staan er ook niet doordat veel aankopen online worden gedaan. Maar het is zeker aan te raden om met je sinterklaas- en kerstinkopen even te wachten tot de 27e.

## Wees slim

Onthoud wel: ga nu niet ineens onzinnige aankopen doen die je toch niet gebruikt, puur omdat iets in de uitverkoop is. Doe je dat wel, dan geef je aan het einde van de rit alsnog meer geld uit dan je door de korting bespaart.

Ook zin om te shoppen met korting? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld ook heel wat ondernemers bij jou in de regio die meedoen met Black Friday.

27 NOVEMBER  
IS HET WEER  
BLACK FRIDAY

**BLACK  
FRIDAY**

# Weer terug op het vertrouwde nest!

Hij is ongeveer anderhalf jaar weg geweest, maar sinds kort is hij weer terug op het oude nest; media-adviseur Frank van Geel. “Het voelt helemaal als vanouds. Gelukkig hoor ik van veel klanten en collega’s dat ze blij zijn dat ik terug ben, dat ervaar ik als een groot compliment.”

Frank heeft een indrukwekkende loopbaan achter de rug. Vierentwintig jaar lang werkte hij als trainer manufacturing bij Philips in Nijmegen. Daarna ging hij aan de slag bij Regiowerk (destijds dé vacaturekrant in de regio Nijmegen). In 2010 begon hij zijn eigen bedrijf Frank van Geel Media. “In die hoedanigheid was ik verkooppartner van advertenties voor o.a. Podiumgidsen Nijmegen en Wijchen, LUX bioscoopreclame én Nederland Bruist”, vertelt Frank enthousiast. “Ik rolde overal binnen.”

## Als vanouds

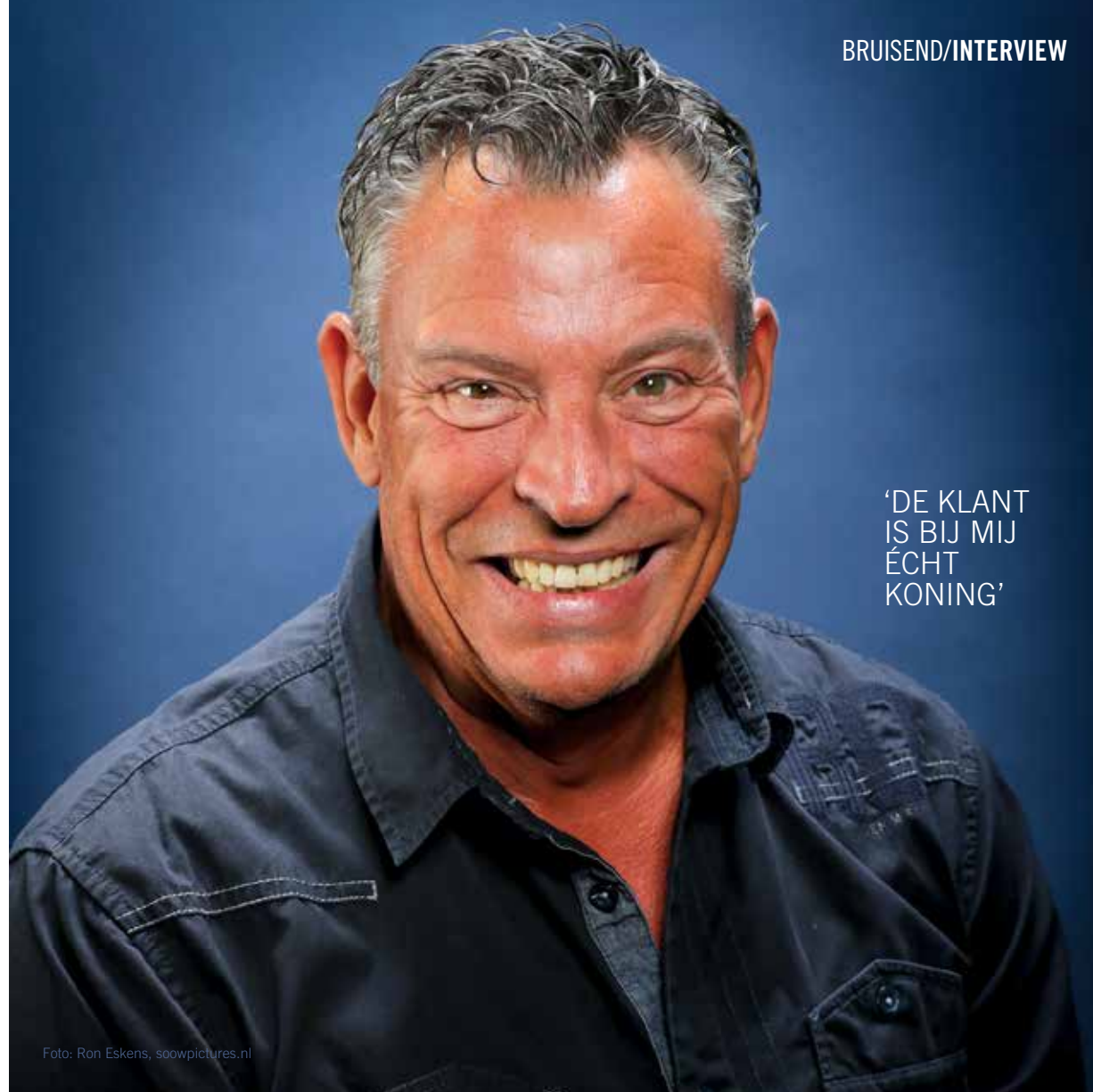
Na zes jaar kreeg Frank het aanbod om de verkoop te doen voor de regionale eetbestelsite [www.besteljeeten.nl](http://www.besteljeeten.nl). Toen hier een eind aan kwam, had hij in oktober 2017 een eerste gesprek met Marcel Bossers; amper twee dagen later zat hij op het hoofdkantoor van Nederland Bruist in Breda. Hij kreeg Nijmegen en Rijk van Nijmegen Bruist onder zijn hoede en startte bovendien De

Overbetuwe Bruist op. Anderhalf jaar later kon hij de verleiding niet weerstaan om toch nog een kijkje in de keuken te nemen bij een ander bedrijf en nam ontslag bij Bruist. Sinds september is hij echter terug van weggeweest.

## 100% inzet

De schat aan kennis en ervaring die Frank heeft opgebouwd, gebruikt hij maar al te graag voor zijn klanten bij Bruist. Iets half doen kan hij sowieso niet, hij zet zich vanuit zijn passie voor media altijd voor 100% in. “Ik houd van een persoonlijke benadering. Gewoon langs gaan bij de mensen en onder het genot van een bakje koffie een leuk gesprek voeren om te ontdekken wat we voor elkaar kunnen betekenen. Ik zet ook graag een stapje extra door bijvoorbeeld advertenties op mijn eigen Facebookpagina te zetten. Voorlopig heb ik genoeg nieuwe uitdagingen. Zo ga ik onder andere het online gebeuren een boost geven, daar liggen veel kansen!”

Interesse in een kennismaking met Frank én Nederland Bruist?  
Bel Frank van Geel op 06-430 939 96 of mail naar [fvgeel@nederlandbruist.nl](mailto:fvgeel@nederlandbruist.nl)



‘DE KLANT IS BIJ MIJ ÉCHT KONING’



### SLIM, UNIEK DESIGN

Brabantia helpt je met prachtig ontworpen productconcepten een aangenaam leven in huis te creëren. Tijd is te kostbaar om te verspillen, daarom zorgen zij voor slimme en tijdloze oplossingen met uniek design. De badkameroplossingen van Brabantia zijn stijlvol en handig in gebruik. Daarnaast worden alle producten van Brabantia duurzaam gemaakt en ze laten een betere wereld achter voor toekomstige generaties. [www.brabantia.com](http://www.brabantia.com)



### LEKKER VOOR HET MILIEU

Jones Brothers Coffee heeft 100% plantaardige, composteerbare koffiecapsules op de markt gebracht. De Jones Brothers Coffee Roastmaster heeft 5 rijke melanges - Noir, Gigolo, Enigma, Revive en Zen - samengesteld. Bestel nu tijdelijk een proefpakket voor maar € 9,-. [www.jonesbrotherscoffee.com/nl](http://www.jonesbrotherscoffee.com/nl)



### LEZERSACTIE

**Maak kans op deze paperback van Rob Droog**

De inhoud van de individuele bewustzijnslijn is de voedingsbodem waarin jij en je leven terechtkomen en die bepaalt wat wel of niet kan gaan groeien. Hoe meer we dat beseffen, hoe meer we de zin van het leven kunnen begrijpen. Dáár gaat dit boek over...

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #ROBDROOG naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



win

# Aangenaam leven, heerlijk genieten

### LEZERSACTIE

**Maak kans op deze autobiografie van Lisa Staal**

Een feest van herkenning! De mannen van Staal lees je in een ruk uit! Hilarisch, herkenbaar, inspirerend en leerzaam. Gedurende haar reis, zoekende naar liefde en geluk, ontpopte Lisa zich tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen de weg wijst naar een gelukkig (liefdes)leven!

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #STAAL naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### KRUIDIGE SPECERIJEN

De Kraken rum is een donkere, premium spiced rum uit het Caribisch gebied. Een heerlijke drank met een geheime receptuur vol exotische specerijen, waarvan kaneel, gember en kruidnagel een belangrijk onderdeel vormen. Een drank met een krachtige, intense smaak en een zachte, zoete afdrank. [www.krakenrum.com](http://www.krakenrum.com)

### LEZERSACTIE

**Maak kans op dit boekje met krachtige quotes voor vrouwen**

Een klein boekje dat je in je tas kunt stoppen, vol quotes die je opfleuren, kracht en lef geven, motiveren en inspireren. Waardoor je weer beseft dat JIJ ertoe doet. Auteur en coach Claudia Koehoorn liet het boekje prachtig illustreren door Studio Pioen. Het boekje is verkrijgbaar via [www.jouwtransformatie.nl](http://www.jouwtransformatie.nl) en in de boekhandel.

Stuur je adresgegevens o.v.v. #JII naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl). Zet in je mailtje ook even de reden waarom jij graag kans wil maken op één van deze boekjes van Claudia Koehoorn.



### LEKKER LUNCHEN

Dankzij de verschillende lunchverpakkingen van Mepal kun je altijd je favoriete maaltijd meenemen. De artikelen sluiten goed af en zijn makkelijk schoon te maken. Een lunchpot voor yoghurt met apart deksel voor verse muesli, een snackbox met bestek en veel meer. Mepal heeft het!

[www.mepal.com/nl](http://www.mepal.com/nl)



# Gehoorbescherming op maat

Festivals en concerten, werk, schietsport, motorrijden, slapeloosheid, muziek maken, zwemmen... Dit zijn slechts enkele situaties waarbij gehoorbescherming op maat van pas kan komen. We spraken hierover met Marc Arts van akoestisch adviesbureau Arts Training & Advies.



## Adviesbureau

“Met mijn adviesbureau houd ik me al ruim twintig jaar bezig met lawaaibeheersing en veiligheid”, begint Marc zijn verhaal. “In die hoedanigheid kwam ik regelmatig op bouwplaatsen en in de industrie waar gehoorbescherming een belangrijk punt is. Tot mijn grote verbazing werd er in eerste instantie weinig gehoor gegeven aan mijn advies om te kiezen voor otoplastieken, oftewel gehoorbescherming op maat. Men bleef de traditionele oorkappen en schuimdopjes gebruiken die niet comfortabel zitten en bovendien levensgevaarlijk zijn omdat je daarmee niet kunt horen als iemand je waarschuwt voor gevaar.”

## Op maat gemaakt

Dat moest anders kunnen, dacht Marc, vandaar dat hij zich vijf jaar geleden verder is gaan specialiseren op het gebied van otoplastieken. “Sindsdien ben ik naast akoestisch adviseur ook otometrist. Voor de meest uiteenlopende situaties meet ik gehoorbescherming op maat aan.

Deze gehoorbescherming filtert het geluid zodat je géén gehoorbeschadiging oploopt, maar wel gewoon kunt communiceren en luisteren. De otoplastieken worden voor iedereen speciaal op maat gemaakt. Dus of de oordoppen nu bestemd zijn om je gehoor te beschermen tijdens een concert of je werk of dat ze ervoor moeten zorgen dat je ongehinderd kunt slapen of lezen, het filter wordt hier volledig op afgesteld. En het mooie is, je hebt er geen last van, je voelt ze vrijwel niet zitten, ze zitten letterlijk als gegoten.”

## Jaarmarkten

“Om mensen bewust te maken van de vele mogelijkheden van otoplastieken, sta ik ook op jaarmarkten waar ik in contact kom met mondhygiënisten, kinderen met autisme, muzikanten, aannemers, EHBO'ers, festivalbezoekers en hoveniers.”

**Benieuwd of gehoorbescherming op maat ook iets voor jou kan zijn? Neem dan een kijkje op [www.medico-otoplastics.nl](http://www.medico-otoplastics.nl) of maak een afspraak.**

“Gewoon communiceren **zonder gehoorbeschadiging**”



# ONTDEK NU ONZE NIEUWSTE COLLECTIES!

## NORIA

2,5 zitsbank. In vele kleuren en maten leverbaar. Bijv. 200cm breed. Al va. €829,-



**tilders**  
**meubelen**

Steun jij **Movember** door je snor te laten staan uit solidariteit met de strijd tegen prostaatkanker en teelbalkanker? Ga naar [nl.movember.com](http://nl.movember.com) en kijk wat jij nog meer kunt doen.

4 november is jouw dag! Het is dan namelijk de dag van de **onbekende held**.

13 november is het **World Kindness Day**. Doe (niet alleen die dag) eens extra lief tegen elkaar, wie weet krijg jij dan zomaar een glimlach terug.

Geboren in november? Dan ben je waarschijnlijk erg **gesteld op je privacy** en op tijd voor jezelf.

27 november is het weer Black Friday.

Dé dag om te **shoppen met korting**.

Echt wild uit de vrije natuur mag de naam **Jagerstrots** dragen.

Als je overdag **meer energie** nodig hebt, W kan een dutje van 20 minuten helpen. Is dat niet mogelijk, ga dan een stukje wandelen in de pauze.

# Ook voor interieuradvies!

Houd je van klasse en kwaliteit, dan kunnen we je zeker aanraden om eens een kijkje te gaan nemen bij meubelzaak HG Woonidee in Wijchen. "Bij ons vind je praktisch alles voor je woning", aldus eigenaar Roel van Elk. "Alleen voor de badkamer moet je ergens anders naartoe."

## Specialist in maatwerk

Maar voor de rest van je woning vind je bij HG Woonidee een zeer uitgebreid assortiment. "Wij staan voor kwaliteit en verkopen meubels die je niet op elke hoek van de straat tegenkomt. Bovendien zijn wij echt specialist in maatwerk. Kasten, keukens, salontafels en schuifdeuren voor kastenwanden, wij maken ze allemaal speciaal voor de klant op maat en dat geheel in eigen beheer om de hoogst mogelijke kwaliteit te kunnen garanderen." Overigens kun je bij HG Woonidee ook terecht voor de styling van je woning. "Dat totaaladvies is zelfs een van onze specialismen; onze interieurstylisten helpen je maar al te graag met professioneel advies voor de inrichting van jouw woning."

## Kwaliteit en service

HG Woonidee bestaat inmiddels alweer 65 jaar en is daarmee uitgegroeid tot een waar begrip in de regio. "Al die jaren staan wij al garant voor een zeer hoge kwaliteit, een top service en een onderscheidend aanbod. Helaas willen mensen nog weleens denken dat we te duur zijn, maar dat is absoluut niet het geval. Goedkoop zijn we niet, maar bij ons krijg je als klant altijd echt waar voor je geld."

**Op zoek naar een nieuw interieur? Loop dan zeker eens binnen in de showroom van HG Woonidee in Wijchen en laat je inspireren.**





Welkom bij de  
scheidingsmediator!

Als scheidingspecialist verzorg ik jullie scheiding of relatiebreuk van A tot Z. Willen jullie een scheiding voorkomen? Kom dan eens langs voor relatie mediation. Als jurist adviseer ik partners en ouders over familiezaken.



**EIKMANS**  
JURISTEN

mr. Daniëlla Eikmans  
Lagunesingel 110, Beuningen  
06-51585690  
info@eikmansjuristen.nl  
www.eikmansjuristen.nl

## Uit elkaar

Woensdagochtend, elf uur.

Tegenover me zitten Elisa en Bart. Zij is 34 en lerares, hij is 36 en ambtenaar. Samen hebben ze twee kinderen, Sem (8) en Bente (6).

Bart is verliefd geworden op een ander, een tennismaatje. Ik zie het boze, maar vooral verdrietige gezicht van Elisa als zij uitlegt dat dit een gezamenlijke vriendin was.

We maken eerst tijdelijke afspraken, dit zorgt voor overzicht en rust. Daarna werk ik aan het herstel van de wederzijdse verstandhouding. Zo blijft de relatie tussen pap-mam en de kinderen in stand.

“Hoe gaan jullie het Sem en Bente eigenlijk vertellen?”, vraag ik.

“Dat weten we nog niet”, zegt Elisa.

Ik stel voor dat we dit zogeheten ‘paraplugesprek’ samen voorbereiden. Ze knikken allebei, zichtbaar opgelucht.

Na het paraplugesprek voer ik met Sem en Bente een ‘kindgesprek’ waarin ik hun wensen en behoeften inventariseer. De afspraken met betrekking tot Sem en Bente leg ik vast in een ouderschapsplan.

Elisa en Bart hebben een koopwoning, een samenlevingscontract en allebei een testament. Ik vertel dat het samenlevingscontract ontbonden moet worden en ik zie dat de testamenten moeten worden gewijzigd. Het huis wordt verkocht. De definitieve afspraken leg ik vast in een vaststellingsovereenkomst.

*Benieuwd of ik wat voor jullie kan betekenen?*  
Neem dan eens vrijblijvend en kosteloos contact met me op.



“Verfijnd  
maatwerk”





Joke Hubers en Annemiek Besselink

Aan de Dorpsstraat in Elst runnen Joke Hubers en Annemiek Besselink sinds 2008 hun Street One-store. In deze winkel verkopen zij vlotte dameskleding voor vrouwen vanaf pakweg 25 jaar.

Joke en Annemiek vinden het belangrijk dat hun klanten zich thuis voelen. De gemoedelijke dorpse sfeer in de winkel draagt daar ontegenzeggelijk aan bij. Het verkoopteam neemt voor elke klant alle tijd en loopt over van enthousiasme hetgeen door klanten vanuit de omtrek en ver daarbuiten zeer wordt gewaardeerd.

 Street One Elst

 streetone\_elst

Dorpsstraat 76, Elst  
info@streetone-elst.nl  
0481-353508

# Street One



# DAGJE UIT

IDFA - HET INTERNATIONAL DOCUMENTARY FILM FESTIVAL AMSTERDAM



Van 18 november tot en met 6 december kun je weer volop documentaires en nieuwe mediaprojecten bekijken en nagesprekken volgen met makers, protagonisten en andere betrokkenen. Zowel in de theaters als online. Dit jaar vindt IDFA niet alleen plaats in de Amsterdamse filmtheaters, maar ook worden er zes films vertoond in theaters door heel Nederland. Daarnaast zijn er iedere dag online vertoningen met voor- en nagesprekken op vaste tijden. Vanaf 9 november staat het hele programma online met tijden en locaties. De reguliere verkoop start voor iedereen op donderdag 12 november vanaf 9.00 uur. **Kijk voor meer informatie op [www.idfa.nl](http://www.idfa.nl).**

# FILMPJE KIJKEN THE SINGING CLUB

Het leven van een vrouw van een beroeps-militair kan zwaar zijn. Kate, de perfecte officiersvrouw, draagt die last echter stoïcijns en met stijl. Om niet bij de pakken neer te zitten, probeert ze een groep vrouwen op de basis te overtuigen om een zangkoor te beginnen. Lisa, rebel en rocker in hart en nieren, is sceptisch over het idee, maar laat zich al snel overtuigen door hun humor en moed. Met hartstochtelijk gezongen pophits weten Kate en Lisa uiteindelijk hun onderlinge verschillen te overwinnen en krijgen ze de kans om het optreden van hun leven te geven. **THE SINGING CLUB is vanaf 5 november te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN DIRK ZEELBERG



Het grote publiek kent acteur Dirk Zeelenberg onder andere van hit-series als All Stars en Divorce. Sinds vijf jaar is Dirk - zelf al achttien jaar gelukkig met Suus en vader van drie kids - ook actief als trouwambtenaar. De liefde vormt een rode draad door zijn leven. Niet zo vreemd dus dat ook zijn nieuwe boek - **Ode aan de liefde** - daaraan is gewijd. Het zijn ontroerende, hilarische en herkenbare verhalen over geluk in de liefde. Hoe Dirk zich uit diepe dalen omhoogtrok, vertelt hij in **Niet bepaald een succesverhaal**. Met persoonlijke ontboezemingen spoort hij lezers op optimistische wijze en met humor aan, hun intuïtie en verlangens te volgen. **ODE AAN DE LIEFDE en NIET BEPAALD EEN SUCCESVERHAAL zijn verkrijgbaar in de boekhandel.**



Kom langs voor een kop koffie, een lunch of een diner in het restaurant onder de Thornsche molen! Geniet van de perfecte ligging, het mooie uitzicht en uiteraard het heerlijke eten en drinken. U kunt bij ons ook à la carte dineren. Onze pannenkoeken worden gebakken van meel dat in eigen molen gemalen is.

DOOR DE NIEUWE WINDSCHERMEN KUNT U LEKKER LANG GENIETEN OP ONS GROTE TERRAS, OOK IN DE HERFST!

DAGELIJKS OM 10.00 UUR GEOPEND



JE VINDT ONS IN PERSINGEN, OP SLECHTS 4 KM VAN NIJMEGEN!

Thornsestraat 20 • Persingen • tel. 024-6792399 • info@dethornschemolen.nl

[www.dethornschemolen.nl](http://www.dethornschemolen.nl)

## 'Hoe een cliënt een team professionals stil kreeg tijdens een training'

Vorige maand bracht ik een bezoek aan Cindy, een bijzondere vrouw, woonachtig bij het begeleid wonen van het RIBW. Samen keken we terug op een magische bijeenkomst, waarbij Cindy ons als gast door middel van haar filmpje en collages een inkijkje gaf in haar leven. Hoe ze zich in haar emotionele achtbaan staande houdt in de boze buitenwereld.

Acht maanden geleden verzorgde ik samen met Kim Kraaijnzang (ervaringsdeskundige/co-trainer) een training aan een team hulpverleners van het RIBW over borderline persoonlijkheidsstoornis. Cindy: "Het was voor mij lang geleden dat ik een positieve ervaring opdeed, omdat betrokken hulpverleners oprecht geïnteresseerd waren in mijn verhaal."

Tijdens deze magische bijeenkomst was er echt contact tussen Cindy en het team, die onder de indruk waren hoe Cindy kon benoemen wat er in haar omgving en wat wel en niet helpend is.

Ik verlaat stuiterend van enthousiasme en compassie haar appartement, terwijl Cindy zegt: "Eigenlijk zou ieder team mijn filmpje moeten zien!" Waarop ik zeg: "Daar hou ik je aan! Als er interesse is in deze training, dan mag jij als gast jouw verhaal delen!" Cindy kijkt me lachend aan en zegt: "Ik kan toch niets fout doen, want dit is mijn verhaal en dat is ok!"

Wil je meer weten over mijn trainingsaanbod? Kijk op [www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl)

Warme groet, Miranda



Miranda geeft praktijkgerichte trainingen, teamcoaching en individuele coaching op maat binnen instellingen voor zorg, welzijn en dienstverlening.

Werkbewust helpt jou en jouw team steviger in je schoenen te staan en bewuster te werken, zodat jij als hulpverlener het verschil kunt maken.



**WerkBewust**  
training & coaching aan hulpverleners

Miranda van Amersvoort  
Aalsburg 1830, Wijchen  
06 44318801  
Miranda@werkbewust.nl  
[www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl)



Theo Jansen  
schoenen

Molenpoortpassage 2 Nijmegen | [www.theojansenschoenen.nl](http://www.theojansenschoenen.nl)

Da Angelo Delicatezza & Trattoria heeft weer vol enthousiasme haar deuren geopend om gasten als vanouds de culinaire ervaring te bezorgen die ze van het Italiaanse restaurant gewend zijn.

# Culinaire **ITALIAANSE** sferen

Vier een  
Italiaanse  
kerst\* bij  
Da Angelo!

## Gemoedelijke Italiaanse woonkamer

Gasten zijn verrast als ze de zaak betreden. "Het lijkt alsof je een Italiaanse woonkamer binnentapt", vertelt Wilma enthousiast. Het menu bestaat uit handgemaakte pizza's, verse pasta's en bijzondere vlees- en visgerechten. De combinatie van verse Italiaanse producten en de originele bereidingswijze zorgen voor een smaaksensatie die maakt dat je je voor even echt in Italië waant. Voor speciale Italiaanse delicatessen of een origineel cadeau kunt u uiteraard ook bij Da Angelo Delicatezza & Trattoria terecht.



## Catering op maat

Da Angelo Delicatezza & Trattoria verzorgt tevens catering voor feesten en partijen, voor zowel particulieren als bedrijven. Er zijn geen standaard arrangementen; in overleg wordt er gekeken naar een passend menu dat inspeelt op de wensen en behoeften van de klant.

## De Italiaanse sferen zelf ervaren?

Breng dan een bezoekje aan Da Angelo Delicatezza & Trattoria in Molenhoek om aan tafel plaats te nemen of om thuis van de verse gerechten te genieten. Nabij het restaurant is veel parkeergelegenheid en het dichtsbijzijnde treinstation ligt op een steenworpafstand.

Wij accepteren  
de dinercadeaukaart,  
vvv cadeau- en vvv dinerkaart

**Da Angelo**  
Delicatezza  Trattoria

**\*Eerste en Tweede Kerstdag  
en 1 januari 2021  
(nieuwjaarsdag) geopend!**

Prinsenweg 3a (winkelcentrum), Molenhoek | 024 - 38 808 79 | [www.restaurant-da-angelo.nl](http://www.restaurant-da-angelo.nl)



# De geur van dit *seizoen*

Bij een nieuw seizoen horen nieuwe geuren en natuurlijk ook prachtige geurkaarsen. Ga je voor warm, oriëntaals en intens of toch liever voor wat bloemiger of frisser? Keuze genoeg!

1. Floral Collection Rose van 4711, € 19,95 [www.4711.com](http://www.4711.com)
2. My Way van Giorgio Armani, vanaf € 71,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
3. Shalimar Philtre van Guerlain, vanaf € 103,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
4. Wonderlust Eau de Voyage van Michael Kors, vanaf € 57,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
5. Balmain x Trudon geurkaars, vanaf € 110,- [www.babassu.nl](http://www.babassu.nl)
6. Saffron Superfluide van Les Eaux Primordiales, € 250,- [www.retreat.nl](http://www.retreat.nl)

7. Baldessarini Signature Eau de Toilette, vanaf € 55,- [www.baldessarini-fragrances.com](http://www.baldessarini-fragrances.com)
8. Replica By the Fireplace geurkaars van Maison Margiela, € 50,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
9. Angel's Share van Kilian, vanaf € 180,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
10. Le Male Le Parfum Eau de Parfum Intense van Jean Paul Gaultier, vanaf € 76,50 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
11. Lucht van Zeeman, € 4,99 [www.zeeman.com](http://www.zeeman.com)
12. Idôle L'Intense van Lancôme, vanaf € 66,- [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)

## WAT BETEKENT UW LAGE RUGPIJN?

Of u nu wilt zitten, liggen, lopen en lang moet staan, lage rugpijn belemmert u in elke activiteit. Spierspanning en wervelblokkades zorgen voor deze pijn maar *wat vertelt deze rugpijn u eigenlijk?*

Lage rugpijn is een van de meeste voorkomende klachten. Als u hier niets aan doet kunnen de gevolgen op latere leeftijd heel groot zijn. De pijn in uw rug ontstaat niet zomaar. Het kan wel heel veel uiteenlopende oorzaken hebben. Het vertelt u in ieder geval dat er iets mis is en er iets aan gedaan moet worden. Maar wat?

Onze specialisten helpen u graag met het beantwoorden van die vraag. In veel gevallen zijn oefeningen al geprobeerd, zonder resultaat.

Onze **fysiotherapeuten en chiropractoren** doen een uitgebreid lichamelijk onderzoek en analyseren uw gewoontes. Op basis daarvan volgt een advies of behandelplan voor een blijvend resultaat.

**Benieuwd? Maak een afspraak voor een gratis screening door te bellen naar 024-358 5905.**

## LAGE RUGPIJN?



GRATIS SCREENING



9,1

Zorgkaart Nederland

- ✓ WIJ HEBBEN AFSPRAKEN MET ALLE ZORGVERZEKERAARS!
- ✓ GRATIS MEDISCHE FITNESS TIJDENS HET BEHANDELTRAJECT

• FYSIOTHERAPIE • CHIROPRACTIE • SPORT

Middelweg 10b • Molenhoek • 024 3585 905 • info@resultcare.nl

[WWW.RESULTCARE.NL](http://WWW.RESULTCARE.NL)



## Ontsierende haartjes in je gezicht?

Heb jij ontsierende haartjes in je gezicht en wil je daar graag vanaf? Dan is elektrisch epileren wellicht de oplossing voor jou.

**TIP** Behandelingen worden vaak (deels) vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering.

ANGELA SANDERS  
HUIDVERZORGINGSSALON

de  
dermalogica  
EXPERT

Wil jij deze behandeling boeken? Neem dan contact met ons op.

Kreytacker 22, Malden | [www.huidverzorgingssalon-angelasanders.nl](http://www.huidverzorgingssalon-angelasanders.nl) | 024-3582419



**Zuster Evie Wijchen**  
Lokaal & Ambachtelijke  
gemaakte lekkernijen

[www.facebook.com/  
zustereviejichen](https://www.facebook.com/zustereviejichen)

**Zuster Evie**



Lokaal & ambachtelijk  
gemaakte lekkernijen

**Interesse?**

Zuster Evie Wijchen  
De Lingert 5278, Wijchen  
06-53678936  
wijchen@zusterevie.nl

# Een frisse kijk op interieurontwerp

Een interieur moet zowel functioneel, esthetisch als budgettair verantwoord zijn. Of het nu gaat om modern, vintage of landelijk klassiek, uit al deze stijlen weet ik perfecte combinaties te maken.

Ik, Paul Clevén, ontwerp het interieur voor uw woning, winkel of werkomgeving. Laat u verrassen door mijn expertise en frisse kijk op mijn vakgebied.



*'Mooie dingen ontwerpen en realiseren, dat is mijn doel. Een weldoordacht plan van aanpak en uitvoering gaat alleen in goede samenspraak.'*

Het Oblatenklooster  
Grotestraat 41 Cuijk  
06 83 60 2909  
info@paulclevén.nl  
www.paulclevén.nl

DESIGNED BY  
**PAUL CLEVEN**

**TYPISCH**  
Joris Events

Ballonartiest, Verhuur en Entertainment

*Diverse ballondecoraties op maat!*



**Gespecialiseerd in entertainment, ballondecoraties & verhuur.**

Wij maken gebruik van 100% biologisch afbreekbaar latex ballonnen.  
Ook zijn onze springkussens voorzien van certificaten en valmatten.

06-39816673 | [typischjorisevents@outlook.com](mailto:typischjorisevents@outlook.com)

# Doe eens lekker *wild!*

Het culinaire wildseizoen is weer in volle gang. Hoewel vers wild tegenwoordig gewoon het hele jaar door verkrijgbaar is, vormt het 'oude' wildseizoen nog steeds een van de belangrijkste culinaire seizoenen in Nederland.

Voor de meeste restaurants loopt dit seizoen van half oktober - wanneer de jacht op haas en fazant wordt geopend - tot het einde van het jaar. De wat zwaardere wildgerechten smaken nu eenmaal het best als het buiten wat kouder is. Een goed glas rode wijn erbij of een lekker donker biertje en het is genieten geblazen. Wild op tafel doet het eigenlijk altijd goed!

## Over smaak valt niet te twisten

Je moet wel van de smaak van wild houden. Niet iedereen is namelijk liefhebber van die typische wildsmaak. Een onderscheidende en aromatische smaak die ontstaat doordat de dieren in de vrije natuur leefden waar ze volop beweging kregen. En waar ze hun eigen eten bij elkaar scharrelden, bestaande uit bladeren, gras, vruchten en kruiden. Gekweekt wild heeft trouwens een iets minder uitgesproken smaak. Net zoals hun wilde soortgenoten hebben ook zij tijdens hun leven volop de ruimte, maar desondanks zijn hun leef-

omstandigheden anders, wat van invloed is op de smaak. Maar voor wie de smaak van 'wild' wild net iets te sterk is, kan gekweekt wild dus wel een goed alternatief zijn.

## Vastgelegd bij wet

Hoewel de meeste restaurants nog vasthouden aan het traditionele wildseizoen (dat ze tegenwoordig ook wel het culinaire wildseizoen noemen), zijn vandaag de dag het hele jaar door wildgerechten verkrijgbaar, alleen niet alle soorten wild op hetzelfde moment. Het is namelijk wettelijk vastgelegd wanneer er op bepaalde diersoorten gejaagd mag worden. In het geval van de haas en de fazant is dat conform het traditionele wildseizoen, dus van 15 oktober tot en met 31 december. En voor wild zwijn en hert loopt het seizoen dit jaar van 1 augustus tot en met 15 maart. Zo kent elke soort wild zijn eigen seizoen. Een goede slager kan je hier ongetwijfeld meer over vertellen.

Zin gekregen in een lekker stukje wild? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je zeker een slager bij jou in de regio bij wie je terecht kunt voor een goed stuk wild.



WILD, JE  
MOET ERVAN  
HOUDEN

## 100% Merino schapenwol

Vanaf het allereerste begin gebruikt Warmbat uitsluitend 100% Merino schapenwol in haar pantoffels en sloffen voor hem en haar. Door de temperatuurregulerende eigenschappen is Merino schapenwol geschikt voor zowel zomer als winter. Vandaag de dag staat Warmbat voor tijdloze pantoffels, warm, steer en vooral comfortabel.



**GREMMEN**  
FOOTWEAR  
Winkelcentrum 21, Malden

## Bijzonder genieten laat u verrassen!



### Bijzonder genieten is een unieke lunchroom in het centrum van Beuningen.

Van dinsdag tot en met zaterdag kunt u hier terecht voor een kop koffie, glas frisdrank of verse jus d'orange. Onze menukaart bevat een uitgebreid assortiment koude en warme lunchgerechten, van huisgemaakte soep en luxe belegde broodjes tot een rijkgevulde maaltijdsalade.

Ook is onze lunchroom buiten openingstijden te huur voor speciale gelegenheden zoals bijeenkomsten, cursussen, vergaderingen, feesten/partijtjes en groeps lunch.

### Een bijzonder team

Bijzonder genieten werkt met een team van vaste medewerkers, verantwoordelijk voor de dagelijkse gang van zaken en supervisie. Een chef-kok bereidt de gerechten, daarbij ondersteund door medewerkers met een beperking. Ook in de bediening helpen mensen met een beperking die er voor zorgen dat onze gasten zich echt thuis voelen.

Ons enthousiaste team zorgt voor een grote glimlach en een gevulde buik.

**Tot ziens bij Bijzonder Genieten!**



Guus van Haren - Leijten

**NIEUW**  
**3-gangen keuzemenu**  
**voor € 25,95 p.p.**

U kunt kiezen uit verschillende voor-, hoofd- en nagerechten. Iedere vrijdagavond zijn wij geopend tot 21.30 uur.



“Kwaliteit,  
plezier en gemak”

## Wij maken koken leuker!

In september 2007 volgde Jocelyn Hoop haar droom en opende kookwinkel Hoop Keukengemak aan de Sterrebosweg in Wijchen. Een verhuizing naar het huidige adres in het centrum, de Spoorstraat, volgde in 2014. In de loop der tijd is ook partner Edward Hoop gaan meehelpen. Samen hebben zij een selectie gemaakt van pannen, messen, keukenapparaten, espressomachines en kookgerei waarmee ze zelf enthousiast in de keuken werken.

Ga je inductie koken? Zij adviseren je graag welke pannen optimaal en langdurig kookgemak bieden.

### Duurzaam bakken & koken

Alleen de producten waar zij zelf het prettigst mee werken, vind je daarom in het assortiment. “We hebben bijvoorbeeld echt goede antikleef koekenpannen, vooral voor inductie, vervaardigd van de beste materialen, die niet bladderen en gifvrij zijn. Duurzaam en gezond dus. Het is een eenmalige investering voor jarenlang kookplezier.”

### Koffie voor de liefhebber

Naast koffieapparaten heeft Hoop Keukengemak een eigen merk koffiebonen. “Deze heeft Edward zelf samengesteld bij een kleine Nederlandse koffiebrander, die volgens de slowroast methode brandt. Hierdoor worden de smaken intenser en geniet je dus echt van een lekkere kop koffie. Vanaf maart verkopen wij nog meer koffiebonen vanwege het vele thuiswerken. Ons spaarsysteem maakt dat extra aantrekkelijk. Voor bedrijven hanteren we groothandelsprijzen.”

Jocelyn & Edward hechten ook belang aan een eerlijke prijs voor de koffieboeren. “Als wij hier heerlijk genieten van koffie, dan verdienen de boeren hiervoor gepaste waardering! Probeer daarom eens onze Bio Specialty Peru, verfijnde smaken uit het Altomayo-gebied.” Voor een snelle kop koffie verkoopt Hoop Keukengemak Jura volautomaten, de Illy Iperespresso machines met capsules en Bialetti Moka Express potjes.

### Thee geniet moment

Al een paar jaar drinken Jocelyn & Edward bijna geen thee meer uit zakjes. Daar zitten vaak kunstmatige smaak- en kleurtoevoegingen in. Zij verkopen thee van echte gedroogde theeblaadjes. Voor een ontspannend genietmoment zijn er diverse theevarianten met gedroogd fruit & kruiden.

### Taart, cupcakes & brood

Steeds meer mensen ontdekken ook hoe leuk het is om zelf thuis taart en brood te bakken. Daarom is de ‘bakhoek’ zeer in trek. Hier vind je fondant & taartdecoratie van Funcakes, Wilton en van de Leukste Taartenshop. En diverse broodvormen, handige bakgereedschap, digitale weegschalen etc. Kom gerust binnen bij Hoop Keukengemak in Wijchen en kijk rustig rond. Je bent van harte welkom!



**Hoop Keukengemak** | Spoorstraat 39A, Wijchen | 024-6421257  
info@hoopkeukengemak.nl | [www.hoopkeukengemak.nl](http://www.hoopkeukengemak.nl)



Tip: vraag bij de kassa onze klantkaart aan



# Een unieke stijl voor persoonlijke cadeautjes!

Van een **kraamcadeautje** tot een **uniek accessoire voor in huis**, je vindt het bij Barabrenda. De producten die Brenda maakt en uitzoekt zijn **uniek, eigenzinnig** en hebben **een persoonlijke twist**. Leuk als **cadeautje voor iemand anders óf voor jezelf**.



MAN/CAVE

# Laat je snor staan en red levens

Het is weer Movember. Tijd om je snor te laten staan om aandacht te vragen voor de gezondheid van de man. Wat ooit begon met dertig mannen in Australië wordt inmiddels wereldwijd ondersteund door meer dan vijf miljoen Mo Bros en Mo Sistas.



De ambitie van de Movember-beweging ligt er niet om in 2030 willen ze door al hun initiatieven het aantal mannen dat te jong overlijdt verminderd hebben met maar liefst 25 procent. Het is dus veel meer dan even een maand je snor laten staan, er wordt ook echt actie ondernomen. Zoals ze het zelf omschrijven: "We pakken een aantal van de grootste gezondheidsproblemen voor mannen aan: prostaatkanker, teelbalkanker, mentale gezondheid en preventie van zelfmoord".

Het idee achter de snor is simpel: mensen in jouw omgeving zien de verandering in je gezicht. Doordat de snor inmiddels zo'n sterke associatie oproept met Movember zorgt dit ervoor dat de gezondheid van de man bespreekbaar wordt gemaakt. Maar dat niet alleen. Jouw snor kan mensen ook inspireren om te doneren, want er is ook geld nodig om vervolgstappen te kunnen zetten. Het overgrote deel van het geld dat de Movember Foundation ophaalt, gaat dan ook naar wetenschappelijk onderzoek.

Laat jij je snor deze maand ook staan? Je kunt er levens mee redden!

GA JE VOOR SFEER  
OF IS WARMTE  
BELANGRIJKER?



# Lekker warm voor de haard... *of toch een kachel?*

De koudste tijd van het jaar is aangebroken. Hoe korter en kouder de dagen buiten worden, hoe meer we het liefst binnen blijven cocoonen. Heerlijk weggekropen onder een deken voor de brandende haard of kachel.

Met name in de wat oudere huizen kom je nog regelmatig een klassieke open haard tegen. En er gaat niets boven de beleving van een echt houtvuur. Het geluid, de geur en de vlammen creëren elke keer dat je de haard aansteekt een bijzondere sfeer in huis. Gelukkig zijn er tegenwoordig genoeg alternatieven om een zelfde soort sfeer te creëren.

## Warmte & sfeer

Zo veel alternatieven zelfs dat het lastig kan zijn om de juiste keuze te maken. Ga je voor een kachel of toch voor een haard? En heb je liever een houtgestookte of een gasgestookte of gewoon een elektrische? Bij het maken van deze keuzes is het belangrijk om goed voor ogen te houden waar de kachel of haard voor jou aan moet voldoen. Gaat het bijvoorbeeld vooral om de sfeer of speelt ook de warmteafgifte een belangrijke rol? Zo zijn haarden over het algemeen in de eerste plaats sfeermakers

en daarnaast geven ze ook warmte. Terwijl bij een kachel het aspect warmte juist voorop staat en sfeer net iets minder belangrijk is.

## Keuzes maken

Na die eerste keuze – tussen haard en kachel – volgen nog heel wat meer keuzes waarbij het vaak ook van belang is of je huis beschikt over een rookkanaal of niet. Wil je bijvoorbeeld een vrijstaande kachel of toch liever een inbouwexemplaar? En als je kiest voor een houtkachel, wil je er dan een met speksteen of ga je voor gietijzer? Is een pelletkachel wellicht een optie voor jou? Of ben jij meer van een cv-haard of -kachel? En zo kunnen we nog wel even doorgaan. Uiteindelijk hangt het allemaal af van de mogelijkheden in jouw huis en jouw persoonlijke voorkeuren. In principe is er voor iedereen wel een geschikte haard of kachel te vinden zodat ook jij daar straks heerlijk voor weg kunt kruipen.

Benieuwd wat voor jou de beste keuze is? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je heel wat ondernemers die je hierbij kunnen helpen. Ook bij jou in de regio.

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



# OPVALLEN?

## ADVERTEER IN BRUIST



**JUIST  
NU!**

[www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl)

# Leef je mooiste leven!



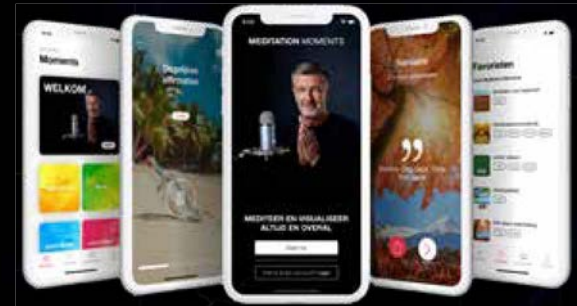
Een momentje rust voor jezelf op elk moment van de dag. Dat kan nu met de Meditation Moments App. Tientallen geleide meditaties en heerlijke relaxte muziek, altijd bij je op je mobiel.

Je kunt de Meditation Moments App gratis downloaden in de stores. Geniet ervan.

### Luister de podcast

In de Leef Je Mooiste Leven Podcast beantwoorden wij vragen van luisteraars. We delen inspirerende verhalen, onze eigen ervaringen en inzichten. Meer informatie op [www.michaelpilarczyk.nl/podcast](http://www.michaelpilarczyk.nl/podcast).

*Michael Pilarczyk*







Het Huis van Sinterklaas  
komt er weer aan!

Ook dit jaar laten we Sinterklaas niet voorbij gaan in de Marikenstraat! Wat er precies te doen is, dat houden we nog even geheim. Houd onze social media in de gaten voor meer informatie. Op de volgende dagen is het Huis van Sinterklaas weer open:

Woensdag 18 november  
Zaterdag 21 november  
Zondag 22 november  
Woensdag 25 november  
Zaterdag 28 november  
Zondag 29 november  
Woensdag 2 december

Openingstijden: 13.00 - 17.00 uur

MARIKENSTRAAT

**Nuaddii**  
thaise massage

Markt 14c, Wijchen • 06-35314159 • www.nuaddii.nl

**Iets Meer**  
MODE

WIJ GAAN STOPPEN!

**MOOIE PRIJZEN VANAF € 10,-**  
Dus kom langs want op is op!  
Ook de inboedel mag in de verkoop!

Houd Facebook in de gaten

Pannenstraat 2B,  
Groesbeek  
024 - 2069516  
www.iets-meer.com

Kidsproof Nijmegen verzamelt de leukste tips voor ouders en kids in en om Nijmegen!



### ROMEINENWERKPLAATS

In de Romeinenwerkplaats van Museum Het Valkhof maak je kennis met het leven in de Romeinse stad en het legerkamp. Waan je voor even als Romein: maak kleurrijke mozaïek, bouw een boog zonder cement, schiet met een katapult of maak een dak zoals ze het vroeger deden! *Museum het Valkhof: voor data en tijden kijk op de site; kinderen t/m 12 jaar gratis.*



Beeld: Flip Franssen

### DJ WORKSHOP 7+

Tijdens deze te gekke DJ workshop voor kinderen van 7 t/m 12 jaar (van djproducer.school) leer jij de basic skills van het dj'en. Je gaat scratchen, mixen en beatmatchen. Wat betekenen alle knoppen? Hoe tel ik de maat? Hoe mix ik twee nummers in elkaar? Je leert het allemaal! Iedereen krijgt de beschikking over een eigen Numark dj-set. Ook krijg je les van echte DJ's.

Cool, toch?

*Thiemeloods:*

22 november

1e ronde 12.00-13.45 uur

2e ronde 15.00-16.45 uur

€ 15



Kijk voor alle leuke #kidsprooftips op [www.kidsproof.nl](http://www.kidsproof.nl)

# PUZZELPAGINA



November is de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die dikke truien en zachte plaid's waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. En wat kun je nu het beste doen tijdens het cocoonen? Natuurlijk, lekker (online) bladeren door deze editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

2		5			9			4
					3			7
7			8	5	6			1
4	5		7					
	9					1		
					2		8	5
	2		4	1	8			6
6		8						
1			2			7		8

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **5-8-5**.

## Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand Black Friday. De oplossing van vorige maand was **warmte**.

Maak kans op deze fles

## Kraken rum

Deze rum is afkomstig uit het Caribisch gebied en onderscheidt zich door de toevoeging van een geheime kruidenmix. Deze mix zorgt zowel voor een heerlijke spicy smaak als voor een stoer uiterlijk. Kraken Rum is namelijk zwart van kleur, net als de inkt van het zeemonster waarnaar de rum vernoemd is. Op het etiket van de fles zie je dit monster in inktzwarte stijl terugkeren...



k+🐉t=k+🏠-y 🐑a=u

🐟-v 🔍-e+n+🔥t=s+,

🇺🇸n=m⭐+👉n=i

d+🚢a=o 🏠-y

🍯p=w+d

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 december de oplossing in op onze site: [www.rijkvannijmegenbruist.nl](http://www.rijkvannijmegenbruist.nl).

Maak kans op deze heerlijke

## warme plaid.

Zo'n heerlijke zachte plaid is niet alleen praktisch om jezelf warm te houden, het is ook nog eens een echte sfeermaker voor jouw interieur.



b b r l w a w l w e p  
g r k z c c n w p y g  
e u l k a c h e l d x  
z i e h l c t g s k u  
e s e e n k h y p b j  
l e d r w e n t u y j  
l n n f v n n u q o s  
i d f s h x n r s i x  
g r l t r e d u w q m  
t b m k f z x s a y x  
e r r d g j i i b u g

bruisend	gezellig
kleed	zacht
herfst	filmavond
knus	kachel

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december de oplossing in op onze site: [www.rijkvannijmegenbruist.nl](http://www.rijkvannijmegenbruist.nl)

# Plaatselijk afslanken? Het kan écht!



Marieke Weijers

Lange dagen achter uw bureau, weinig beweging, ongezond eten, kent u dat? Het leidt tot overgewicht, verminderde weerstand, minder tijd om te sporten, spanning en daardoor tot een verminderde productiviteit. BeautyFIRM! biedt mannen én vrouwen afslankbehandelingen en silhouetverbeteringen aan volgens een innovatief concept.

## AANBIEDING!

Een proefbehandeling nu voor € 35,-

Kom je samen? Dan betaal je € 30,-<sup>PP</sup>

### Ultrasound en electrostimulatie

*zichtbaar resultaat na 1 behandeling*

- Armen • Lovehandles • Buik / taille
- Billen • Bovenbenen / binnenkant dijbenen • Knieën



### LED-therapie: maakt de gezichtshuid strakker en geeft een jongere uitstraling

*zichtbaar resultaat na 1 behandeling*

- Maakt collageen en elastinevezels aan
- Vernieuwd de huidcellen • Verbeterd de huidelasticiteit en verstevigt de huid
- Vermindert rimpels



### Lymfedrainage: stimuleert de natuurlijke bloedcirculatie en lymfestroom

- Doeltreffend bij restless legs
- Effectief tegen spataderen
- Vermindert vetophoping
- Bestrijd oedeem en Cellulitis

